

平成29年6月19日

坂出サテライトセミナー参加者募集

楽しく学んで、楽しく実践！やさしい健康講座（全4回）

開講日：下記のとおり
場所：坂出市民ふれあい会館（坂出市本町1-2-1）
時間：10時～11時30分
定員：40名程度
講師：香川大学医学部 准教授 宮武 伸行（みやたけ のぶゆき）
その他：どなたでも受講して頂けます。受講料無料。1回限りの受講も可能です。
なお、受講は当日参加可能です。

講義日程・内容等

第1回 7月6日（木）

講義名：糖尿病のはなし

内容：香川県は糖尿病の患者さんが多いと言われています。日頃の生活を変えることで糖尿病は十分予防、改善できます。運動をはじめとした糖尿病予防改善の方法をご紹介します。

第2回 8月31日（木）

講義名：熱中症のはなし

内容：熱中症が増えています。夏の暑い時だけ気をつけたらよいというわけではありません。日頃からの健康管理が重要です。熱中症対策の秘訣を伝授します。

第3回 9月21日（木）

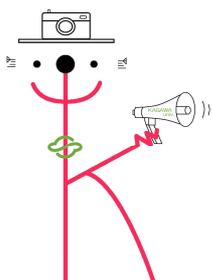
講義名：高血圧と生活習慣のはなし

内容：高血圧症の予防、改善には日ごろの生活習慣がとても大切です。薬だけが治療法ではありません。今回の講座では、高血圧の予防、改善と生活習慣とのかかわり、実践法をわかりやすく紹介したいと思います。

第4回 10月5日（木）

講義名：がん予防のはなし

内容：日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人が、がんが原因で命を落とします。しかしながら、日ごろの生活習慣に気をつけること、また、健診・検診を上手に活用することで予防がある程度可能です。今回はがん予防のための生活習慣、健診・検診の活用法について紹介したいと思います。



■問い合わせ先

香川大学 学術・地域連携推進室 地域連携推進グループ 杉村

TEL：087-832-1368 FAX：087-832-1357

E-mail：chiiki2@jim.ao.kagawa-u.ac.jp

坂出市 総務部政策課

TEL：0877-44-5001 FAX：0877-46-4056